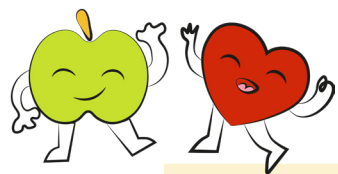


# Menú Escolar IS

# Abril 2026

# Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
-------	--------	-----------	--------	---------



	<b>7</b> Prt. 25 HC. 126 Lip. 29 Col. 22 IPL. 16 F. 10 Sal. 0 KCal. 739  Macarrones con tomate Albóndigas mixtas a la campesina Fruta del tiempo	<b>8</b> Prt. 29 HC. 78 Lip. 32 Col. 20 IPL. 19 F. 8 Sal. 1 KCal. 696  Patatas estofadas Merluza en salsa americana con ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar	<b>9</b> Prt. 25 HC. 88 Lip. 17 Col. 20 IPL. 12 F. 17 Sal. 1 KCal. 617  Crema de zanahorias Filete de cerdo con champiñones Fruta del tiempo	<b>10</b> Prt. 23 HC. 126 Lip. 25 Col. 23 IPL. 12 F. 16 Sal. 1 KCal. 676  Alubias blancas con hortalizas Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo
<b>13</b> Prt. 25 HC. 77 Lip. 23 Col. 18 IPL. 8 F. 12 Sal. 0 KCal. 577  Crema de calabacín Pollo asado al limón Fruta del tiempo	<b>14</b> Prt. 34 HC. 119 Lip. 25 Col. 18 IPL. 17 F. 15 Sal. 0 KCal. 683  Garbanzos con calabaza Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo	<b>15</b> Prt. 21 HC. 63 Lip. 27 Col. 25 IPL. 13 F. 8 Sal. 1 KCal. 540  Menestra de verduras Tortilla francesa con lechuga Yogur natural sin azúcar	<b>16</b> Prt. 29 HC. 103 Lip. 30 Col. 18 IPL. 22 F. 14 Sal. 0 KCal. 703  Lentejas guisadas Merluza en salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	<b>17</b> Prt. 25 HC. 94 Lip. 14 Col. 21 IPL. 8 F. 7 Sal. 0 KCal. 575  Sopa de fideo integral Lomo adobado horneado con pimientos Fruta del tiempo
<b>20</b> <b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b>  Crema de la huerta Macarrones con boloñesa vegetal Fruta del tiempo	<b>21</b> Prt. 28 HC. 107 Lip. 23 Col. 24 IPL. 10 F. 3 Sal. 1 KCal. 680  Arroz blanco con tomate Filete ruso con salsa de verduras Yogur natural sin azúcar	<b>22</b> Prt. 30 HC. 121 Lip. 20 Col. 18 IPL. 23 F. 15 Sal. 1 KCal. 700  Alubias blancas estofadas Limanda en salsa verde con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	<b>23</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>24</b>  <b>FESTIVO</b>
<b>27</b> Prt. 25 HC. 91 Lip. 25 Col. 22 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 KCal. 742  Patatas guisadas Lomo sajonia al ajillo con lechuga Fruta del tiempo	<b>28</b> Prt. 29 HC. 103 Lip. 30 Col. 18 IPL. 21 F. 15 Sal. 0 KCal. 698  Lentejas con zanahoria Merluza en salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	<b>29</b> Prt. 30 HC. 104 Lip. 25 Col. 20 IPL. 8 F. 8 Sal. 1 KCal. 711  Macarrones a la napolitana Escalope de pollo guisado con champiñones Fruta del tiempo	<b>30</b> <b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b>  Judías verdes salteadas Garbanzos con arroz integral Fruta del tiempo	



\*En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. Se servirá pan integral dos días a la semana. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú. E: Valor energético · G: Grasas · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal